Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

>>> continuare din pagina 1

emoționale, lingvistice sau de altă natură. Acestea se referă și la copiii cu dizabilități sau talentați, copiii străzii și copiii care muncesc, copii din populații îndepărtate sau nomade, copii aparținând minorităților lingvistice și etnice…"

Idealul școlii pentru toți este școala care nu exclude (prin selecție și marginalizare în forme variate, directe sau indirecte), ci include, acceptă și valorizează copiii, chiar foarte diferiți, anterior excluși.

Prin documentul adoptat la Salamanca, statele semnatare, printre care și țara noastră, au decis realizarea unor schimbări fundamentale în domeniul politicilor educaționale în sensul dezinstituționalizării și adoptării educației integrate (incluzive).

Educația integrată se referă la includerea în structurile învățământului de masă a copiilor cu cerințe educative speciale, pentru a oferi un climat favorabil dezvoltării armonioase și cât mai echilibrate a personalității acestora.

Trebuie să pornim de la ideea că școala are datoria de a asigura șanse egale tuturor elevilor. Unii înțeleg prin șanse egale crearea unor condiții identice: programe comune, manuale de un singur ghid etc. Dar sistemul școlar care asigură aceleași condiții de instruire pentru toți elevii reprezintă o inegalitate, deoarece ei nu profită în același fel de aceste condiții. A asigura șanse egale elevilor înseamnă a asigura posibilități maxime de dezvoltare fiecăruia, în funcție de aptitudinele și interesele sale.

Pentru ca activitatea instructiv – educativă să fie profitabilă pentru toți elevii, aceasta trebuie să se realizeze diferențiat. Educația diferențiată vizează adaptarea activității de instruire la posibilitățile diferite ale elevilor, la capacitatea de înțelegere și ritmul de lucru propriu unor grupuri de elevi sau chiar fiecărui elev în parte.

Pentru ca educația copiilor cu cerințe speciale să fie eficentă, pe de o parte trebuie să aibă un caracter integrat, iar pe de altă parte trebuie să aibă un caracter diferențiat, să fie adaptată particularităților elevilor.

Caracterul integrat al învățământului ne pune în față problematica situației în care un copil cu handicap este integrat într-o clasă obișnuită. În fapt, este vorba pe de o parte de situația copilului respectiv, iar pe de altă parte, de situația clasei în care este integrat. Sub ambele aspecte, ceea ce urmărim este o bună înțelegere reciprocă, o existență socială normală a copiilor, în ciuda diferențelor existente. Pentru copilul cu handicap aceasta înseamnă a fi înțeles și acceptat, cu tot ce are el pozitiv, cu tot ce poate aduce vieții de grup. Această normalizare a relațiilor este benefică și pentru ceilalți elevi, care învață să respecte dreptul la diferență, să fie solidari cu semenii lor care întâmpină dificultăți în viață.

Experiența din alte țări ne arată că integrarea fiecărui copil cu handicap este o problemă care trebuie serios studiată, alcătuindu-se un proiect individual de integrare, care să prevadă toate măsurile pentru reușita acestei acțiuni. În vederea alcătuirii proiectului individual de integrare, cadrul didactic trebuie să fie sprijinit atât de medic, psiholog și logoped cât și de cadrul didactic itinerant și de sprijin.

Rolul esențial în educația integrată îl deține învățătorul clasei, care devine principalul factor de acțiune și de coordonare a realizării programului pedagogic individual pentru elevii cu CES (cerințe educative speciale). Acesta trebuie:

- să-și îmbogățească pregătirea pedagogică cu elemente care să-i faciliteze includerea optimă în clasă a elevilor cu CES și asigurarea de șanse egale pentru aceștia la instrucție și educație;
- să manifeste interes continuu pentru identificarea, evaluarea și reprogramarea periodică a conținuturilor învățării pentru fiecare elev;
- să coopereze în parteneriat cu profesorul de sprijin și cu ceilalți membri ai echipei educaționale, dar și cu familia elevului;
- să participe la elaborarea programului pedagogic individualizat pentru fiecare elev cu CES și să țină evidența rutei curriculare a acestuia.

Procesul de integrare educațională a elevilor cu CES include elaborarea unui plan de intervenție individualizat, în cadrul căruia, folosirea unor modalități eficente de adaptare curriculară joacă rolul esențial.

Curriculum-ul poate fi definit ca fiind programul de activități scolare în integralitatea sa, care se concretizează în planul de învățământ, programa școlară, manualele școlare, îndrumătoarele metodice, obiectivele și modurile comportamentale ce conduc la realizarea obiectivelor, metodele și mijloacele de predare-învățare, ce dezvoltă modurile de evaluare a rezultatelor.

În planul dezvoltării curriculare pentru elevii cu deficiență, are loc o mișcare în sensuri diferite față de curriculum-ul general pentru elevii valizi. Pe de o parte curriculum-ul acestora se restrânge, iar pe de altă parte se amplifică prin introducerea unor activități suplimentare individualizate, destinate compensării și recuperării stării de deficiență.

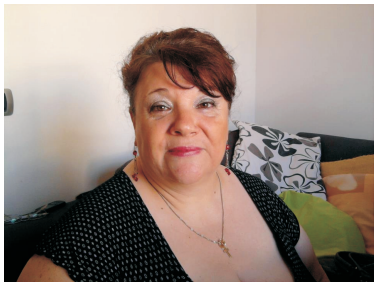
Spre exemplu, în cazul elevilor cu deficiență mintală, planul de învățământ se reduce, atât din punct de vedere al numărului de discipline de studiu, cat și din punct de vedere al conținutului informațional, ce urmează a fi însușit în fiecare capitol în parte.

În schimb, crește numărul de activități individuale suplimentare, în care urmează să fie inclus elevul cu

>>> continuare în pagina 8

Acolo sus, Cineva mă iubeste - Este DUMNEZEU!

MARIA CONSTANTIN - București



Mă numesc Maria Constantin, am 54 de ani și locuiesc de 12 ani în București. Am 2 copii: o fată de 32 de ani, căsătorită și are un băiat de 16 ani; și un băiat de 30 ani, căsătorit și are și el un băiat de 10 ani. Deci sunt și bunică: am 2 nepoți minunați.

M-am născut pe 7 ianuarie, o zi mare, un copil normal, într-o comună apropiată de București: Domnești.

Când aveam vârsta de 7 luni, era vară, luna iulie, o zi foarte călduroasă, m-a luat mama cu ea pe câmp, cu vaca la păscut, deoarece nu avea cu cine să mă lase acasă. Din senin s-a pornit o ploaie torențială. Neavând unde să ne adăpostim, ne-a plouat până acasă.

După o zi, mama a observat că sunt foarte agitată și am temperatură mare. M-a dus la dispensar și medicul i-a spus mamei că sunt răcită și mi-a dat o rețetă cu Romergan și Luminal (medicamente pentru răceală).

După câteva zile, mama văzând că nu imi revin și starea mea se agrava de la o zi la alta, m-a dus din nou la dispensar, mai mult moartă decât vie: intrasem în comă. Au chemat de urgență salvarea care ne-a dus, pe mine și pe mama, la Spitalul Colentina. Medicii de aici, după ce mi-au făcut investigații, au descoperit că aveam meningită în ultima fază.

Am stat 6 luni internată cu mama, timp în care doctorii s-au luptat cu boala și au reușit să-mi salveze corpul, dar nu mai puteam merge în picioare pentru că mi-au rămas paralizate. Medicii le-au spus părinților mei să fie bucuroși că au reușit să-mi salveze capul. Le-au mai spus că atunci când voi crește mare, prin operații și tratamente mă voi recupera, dar capul nu mai mi-l putea recupera nimeni.

Și așa a fost, căci de la 6 ani am facut operații și recuperare la sanatorii. Am făcut 16 operații numai la picioare, și până la varsta de 18 ani m-am recuperat 80% - mergeam singură, dar nu puteam să alerg.

Am învățat 8 clase, mi-a plăcut foarte mult școala, fiind premiantă în fiecare an. Am vrut să mă fac contabilă și tata mi-a cumpărat o mașină de scris nouă, dar mama a vrut să mă fac croitoreasă și mi-a cumpărat o mașină de cusut „Ileana". Atunci am renunțat la contabilitate și am decis să învăț croitoria, la insistența mamei care spunea că „îți vin banii acasă". Și a avut mare dreptate. Am învățat croitoria și mi-a fost de mare ajutor în viață.

Părinții mei, oameni simpli de la țară, erau foarte credincioși și gospodari, au făcut tot posibilul să nu-mi lipsească nimic. Au cheltuit foarte mulți bani cu mine prin spitale. Tata spunea „Îți făceam un palat cu banii pe care i-am dat la doctori". Toată tinerețea lor s-au chinuit cu mine să mă fac bine și sacrificiul nu le-a fost zadarnic, căci Dumnezeu le-a răsplătit efortul: la 18 ani mergeam singură în picioare.

La 20 de ani m-am căsătorit cu un băiat din sat, vecin și fost coleg de clasă. La scurt timp au venit copiii, care mi-au adus numai bucurii.

Eram fericită și împlinită, dar viața mai mi-a dat o lovitură foarte grea: mi-a murit mama de inimă, marele meu sprijin, la vârsta de 48 de ani. Și așa cum o nenorocire nu vine niciodată singură, dupa 2 ani mi-a murit și tata, tot de inimă.

După moartea părinților viața mea a fost din ce în ce mai grea. Locuiam la țară, în casa părinților mei, cu cei doi copii și cu soțul meu, tatăl copiilor. Iarna spălam și găteam în frig, ore întregi, și nu aveam voie, deoarece am făcut artroză la genunchi și a trebuit să merg în cârje. Neavând banii necesari să mă operez, am ajuns într-un scau cu rotile. Din momentul când am decis să fiu mamă, eu m-am pus pe locul doi, pentru că pe primul loc erau copiii mei. Nu mai m-am putut ocupa de mine și de aceea mi-am pierdut sănătatea.

Am doi copii minunați și nu regret nimic din viața mea. Sunt o mamă și o bunică fericită. Nu mi-a fost ușor dar tot timpul Dumnezeu m-a ajutat și I-am simțit prezența în tot ce am făcut. Mă rog tot timpul să fiu sănătoasă, eu și toți cei dragi mie, și ca mâine să fiu mai bună decât azi.

Am învățat de la viață că nu pot schimba eu oamenii, să-i fac mai buni, dar mă pot schimba pe mine să-i înțeleg și să-i accept așa cum sunt. Mă consider un om normal, iar defectul meu pentru mine nu există. Acasă mă descurc singură și încerc să fiu cât mai utilă. Tot timpul zic „Să mă ferească Dumnezeu de mai rău". Acum sunt bine. Sunt fericită că văd lumina zilei, că aud sunetul muzicii, că pot vorbi, că pot gândi, că am

>>> continuare în pagina 5

„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

Parcã te-am mai vãzut undeva!

Moț Florian

Scopul acestui articol este acela de a sublinia o idee deosebită, şi anume aceea că această asemănare nu este doar una care să ducă la explicaţii teologice teoretice, ci una care are de-a face direct cu viaţa noastră. Există un mare ajutor în înţelegerea acestei asemănări. Dacă Mântuitorul Hristos seamănă cu mine, aceasta înseamnă că El a trecut prin aceleaşi experienţe ca ale mele şi mă poate înţelege perfect. Nu doar eu experimentez suferinţa, ci şi El a experimentat-o, astfel că atunci când eu trec prin încercări, El mă poate înţelege şi poate veni în ajutorul meu, dacă îl chem.

…

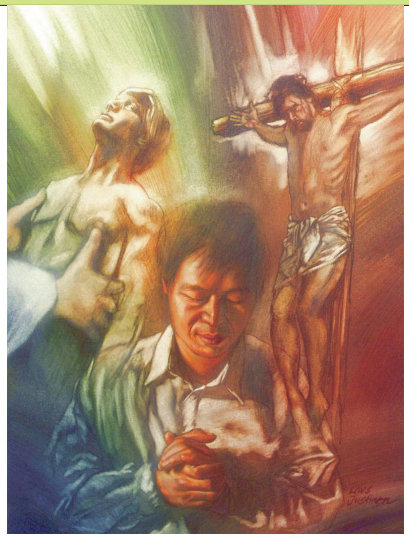
Experienţa aceasta a asemănării se face şi în raport invers, noi putem să ne asemănăm cu Domnul Hristos, devenind iubitori, răbdători, blânzi, înţelepţi. Noi putem să ne dezvoltăm caracterele după modelul desăvârşit al Mântuitorului, până acolo încât oamenii, privind la noi, să vadă o reflectare a caracterului lui Dumnezeu.

Ni se întâmplă câteodată să vedem o persoană, să ni se pară aşa cunoscută şi să-i spunem că parcă am mai văzut-o dar nu ştim exact de unde.

Începe apoi o mică discuţie prin care să se scoată la iveală locul unde şi momentul când a fost văzută acea persoană. Situaţia devine plăcută atunci când chiar este adevărată presupunerea: este exact acea persoană. Urmează de regulă prezentările, cei doi poate chiar găsesc că au în comun aceeaşi profesie, sau aceleaşi interese, iar discuţia capătă amploare.

În alte cazuri însă, lucrurile devin jenante. Cel care iniţiază dialogul a greşit, nu e persoana la care se gândea, celălalt spune că nu poate fi acela la care se face referire. Dacă insistă, şi uneori se întâmplă aşa, cel interpelat continuă să nege că ar fi cel la care se face referire şi momentul devine stânjenitor. Da, poate seamănă cu acea persoană, dar nu e ea. E doar o confuzie.

Există în psihologie un termen care exprimă un fenomen uneori inexplicabil – „sentimentul de deja-vu”. Vezi ceva sau pe cineva şi ai impresia că ai mai văzut obiectul, întâmplarea sau persoana înainte. Chiar anticipezi ce va urma şi uneori asta se întâmplă. Explicaţia cea mai plauzibilă este repetabilitatea: ai mai



văzut înainte aceleaşi lucruri dar nu au creat aceeaşi impresie ca acum, şi nu mai poţi să reperezi exact unde şi când le-ai mai văzut. Alteori ceea ce vezi şi ţi se pare cunoscut este doar înfăptuirea reală a imaginaţiei.

Pe blogul „Amintiri cu sfinţi”, este o povestire intitulată „Doi mesageri”. Se spune că în timpul comunismului, la o biserică baptistă din Bucureşti, au sosit doi pastori americani, lucru care se întâmpla destul de rar, şi au fost invitaţi să prezinte un mesaj. Unul dintre ei, atunci când a fost invitat, în loc să înceapă să vorbească, a stat mult timp tăcut privind cu atenţie auditoriul. Cei prezenţi au început să se întrebe ce se întâmplă, de ce nu spune nimic. În cele din urmă invitatul a început să vorbească:

- Vreau să vă înregistrez pe toți în memorie. Vreau să vă țin minte fețele ostenite (făcând referire probabil şi la regimul comunist), ochii frumoşi ai credinței. Vreau să vă reţin expresiile feţelor dornice să asculte Cuvântul lui Dumnezeu. Pentru că va veni o zi în care voi ajunge de partea cealaltă a curcubeului şi voi sta faţă în faţă cu Domnul Isus. Atunci voi privi faţa Lui, voi vedea ochii Lui luminoşi şi mă va lumina expresia feţei Lui binecuvântate. În clipa aceea voi spune cu uimire: „Stai aşa! Eu am mai văzut undeva faţa aceasta, ochii aceştia! Expresia aceasta îmi este binecunoscută!” Se va împlini atunci ceea ce scrie apostolul Pavel: „Când va veni, în ziua aceea, ca să fie proslăvit în sfinţii Săi, şi privit cu uimire în toţi cei ce vor fi crezut” (2 Tesaloniceni 1:10).

Biblia ne vorbeşte despre o asemănare, a noastră cu Dumnezeu. Încă din cartea Genezei, unde se vorbeşte despre facerea omului, ni se spune că acesta a fost creat „după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu” (Geneza 1:27). Mai apoi Scriptura ne

>>> continuare în pagina 5

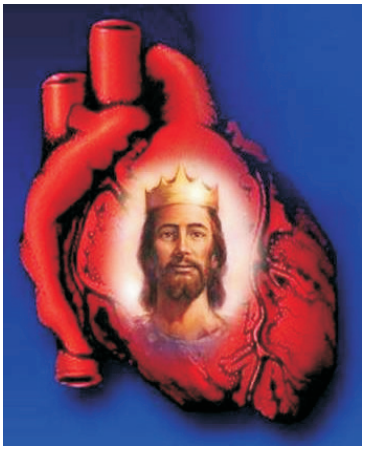
>>> continuare din pagina 4

arată că Domnul Hristos a venit pe planeta noastră luând asupra lui natură umană făcându-se asemenea oamenilor (Filipeni 2:7). El a dorit să se identifice cu noi şi deseori S-a prezentat pe Sine ca fiind Fiul Omului.

Mai mult decât atât, învăţătura creştină arată că Mântuitorul Hristos vrea să existe o legătură aşa de strânsă între noi cu El până acolo încât Biblia foloseşte expresii de genul: „*Eu sunt viţa, voi sunteţi mlădiţele*" (Ioan 15), „*Eu în ei*" (Ioan 17), „*Hristos în voi*" (Coloseni 1:27), „*până va lua Hristos chip în voi*" (Galateni 4:19).

Scopul acestui articol este acela de a sublinia o idee deosebită, şi anume aceea că această asemănare nu este doar una care să ducă la explicaţii teologice teoretice, ci una care are de-a face direct cu viaţa noastră. Există un mare ajutor în înţelegerea acestei asemănări. Dacă Mântuitorul Hristos seamănă cu mine, aceasta înseamnă că El a trecut prin aceleaşi experienţe ca ale mele şi mă poate înţelege perfect. Nu doar eu experimentez suferinţa, ci şi El a experimentat-o, astfel că atunci când eu trec prin încercări, El mă poate înţelege şi poate veni în ajutorul meu, dacă îl chem. („*El suferinţele noastre le-a purtat, şi durerile noastre le-a luat asupra Lui" – Isaia 53:4; „Unul care în toate lucrurile a fost ispitit ca şi noi" – Evrei 4:15, „A trebuit să Se asemene fraţilor Săi în toate lucrurile" – Evrei 2:17*). Ce mângâiere mare pot găsi în acest fapt!

Experienţa aceasta a asemănării se face şi în raport invers, noi putem să ne asemănăm cu Domnul Hristos, devenind iubitori, răbdători, blânzi,



înţelepţi. Noi putem să ne dezvoltăm caracterele după modelul desăvârşit al Mântuitorului, până acolo încât oamenii, privind la noi, să vadă o reflectare a caracterului lui Dumnezeu. („*până vom ajunge toţi la unirea credinţei şi a cunoştinţei Fiului lui Dumnezeu, la starea de om mare, la înălţimea staturii plinătăţii lui Hristos*"- Efeseni 4:13). Aceasta va face ca cei care vor să fie credincioşi, când vor începe experienţa credinţei lor, să aibă acel sentiment de deja-vu, au mai cunoscut pe cineva care seamănă cu Hristos.

„Parcă Te-am mai văzut undeva Doamne! Era într-o seară când nu aveam cu cine să vorbesc, să-i spun durerile mele. A venit un om, ce-i drept, nu avea hainele tale frumoase şi strălucitoare, şi mi-a pus mâna pe umăr şi m-a întrebat:

- Te văd tare abătut. Pot să te ajut cu ceva?

I-am spus frământarea sufletului meu. Mă asculta şi mă privea cu atenţie. Avea aceeaşi privire pe care o ai Tu, Doamne. Iar cuvintele lui erau ca şi cuvintele Tale. Te-am mai văzut, da Te-am mai văzut în prietenul care, în acea seară, m-a ajutat să trec peste necazul meu."

-sfârşit-

..:::: Viaţa aşa cum este ::::... ..:::: Viaţa aşa cum este ::::... ..:::: Viaţa aşa cum este ::::...

>>> continuare din pagina 3

mâinile sănătoase, iar faptul că nu pot merge pe picioarele mele - nu e nici un bai - merg roțile căruciorului meu pe unde merg pașii oamenilor.

Mi-am dorit atât de mult să existe în București un club al nostru, cu oameni ca și mine, cu diferite probleme de sănătate. Citind revista „Împreună" am descoperit că și Aurel Burcea își dorea la fel. M-am alăturat de la început și sunt fericită că fac parte din clubul „Ridică-te și umbla". Aici am cunoscut oameni minunați, printre care și domnul Uba George, care mi-a îndeplinit o dorință foarte mare: mi-a dăruit un cărucior electric care mi-a schimbat foarte mult viața în bine, pentru că acum „merg singură". Aici mi-am făcut foarte mulți prieteni și prietene, ne simțim foarte bine împreună, suntem ca o familie, noi în lumea noastră.

Sufletul meu este foarte mare și plin de dragoste. Iubesc oamenii cu bun simț, toate florile, tot ce e natură și muzică de calitate. Mă ajută să uit de probleme și îmi dă mereu o stare de bine. Mă simt binecuvântată de Dumnezeu și-I mulțumesc pentru tot ce mi-a dat. În viață nu poți să le ai pe toate, dar un pic din toate da. Am pace și liniște în sufletul meu.

Chiar dacă sunt divorțată de 15 ani, nu am încetat niciodată să-mi caut jumătatea sufletului. Eu știu că el există și mă caută și într-o zi mă va găsi. Dumnezeu știe dorința mea și sper că într-o zi îmi voi găsi „sufletul pereche".

În fiecare zi îmi spun mie și la cei din jur „viața este frumoasă și merită trăită".

Facă-Se voia Domnului! AMIN!

Mai ai combustibil?

Pentru a împlini ceea ce ți-ai propus, sunt unii care îți vor spune că este suficient doar să ai credință. Alții îți vor spune că poți să muți munții, numai dacă vei munci din greu.

Pentru a atinge scopurile propuse, mai mult decât ceea ce suntem și ceea ce putem face, avem nevoie de ajutorul lui Dumnezeu care, prin Duhul Sfânt să ne susțină și să ne îndrume în orice sujire.

Luis Palau a povestit despre o cursă a unui avion al companiei „Air Canada" care s-a întrerupt brusc. Pasagerii care zburau cu un Boeing 767 urmăreau un film, când, deodată, motoarele aeronavei s-au oprit.

Cei ce nu aveau căști au realizat acest fapt primii. Apoi filmul a fost întrerupt, iar pilotul a anunțat că va trebui să aterizeze de urgență. Cei 69 de pasageri urmăreau îngroziți cum avionul a început să coboare susținut spre o pistă de aterizare a unui aeroport militar. În minutele care au urmat, spaima unui sfârșit groaznic i-a cuprins pe toți. Toată tehnologia sofisticată, de ultimă generație, nu putea să țină avionul în aer nici o secundă în plus.

Ce s-a întâmplat de fapt: indicatorul electronic ce arăta nivelul de combustibil s-a defectat, iar echipajul a acceptat să decoleze contând pe asigurarea dată de mecanicii care au alimentat avionul. Aceștia au confundat însă unitățile de măsură. Au urmărit indicatorul pompei care era divizat în litri și au considerat aceste gradații ca fiind galoane (1galon = 4 litri).

Din această cauză, combustibilul s-a terminat cu 800 de mile înainte de destinație, iar avionul a rămas în pană de combustibil. Numai abilitatea pilotului a făcut ca avionul să poată ajunge la sol pe acest aeroport militar.

Deși la impactul cu solul, trenul de aterizare a fost serios avariat, a fost minunea lui Dumnezeu că nici unul dintre pasageri n-a fost rănit.

Un avion impunător zbura spre direcția cea bună. Avea echipament performant și în bune condiții de funcționare, dar n-a ajuns la destinație pentru că a rămas fără combustibil. Aceasta se întâmplă multor oameni astăzi. Aceștia au mari capacități și abilitati personale, sunt motivați și se îndreaptă spre scopuri înalte, dar nu le pot atinge, ci sfârșesc în dezamăgire și eșec, pentru că le lipsește ceea ce este mai important: „Combustibilul Spiritual"!

În viața lor nu este prezent Dumnezeu, care prin Duhul Sfânt să îi împuternicească și să-i susțină în orice slujire. Prezența Duhului Sfânt a fost cea mai măreață promisiune făcută de Domnul Isus pentru ucenicii Săi.

Dacă viața ta este ca o aeronavă eșuată sau care zboară în derivă, este vremea să te întrebi dacă nu cumva ți s-a terminat combustibilul. Pentru toți cei care cred, Dumnezeu este gata să le umple viața cu Duhul Său, pentru ca să-și poată continua drumul și slujirea până la capăt.

-sfârșit-

Mica enciclopedie de sănătate - E bine să stim

Rinichii și afecțiunile renale

Articol semnat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

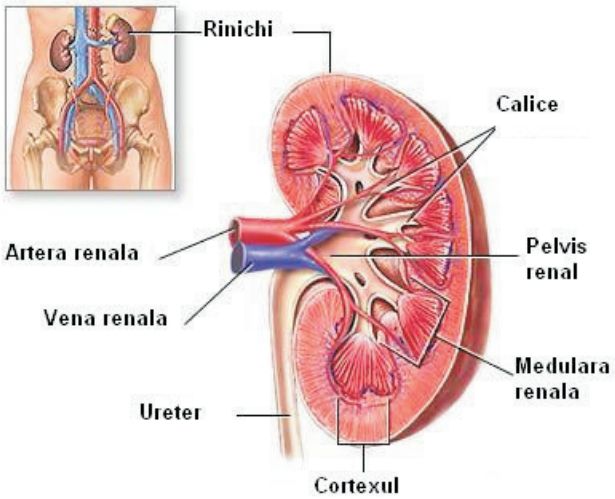
Acesta este primul articol dintr-o serie denumită "mica enciclopedie de sănătate", deoarece dorim ca împreună să ne gândim mai mult la sănătatea noastră - un dar de la Dumnezeu, de care trebuie să avem mare grijă-, ce putem învăța despre organismul nostru și cum putem să prevenim sau să ne păstrăm sănătatea atunci când bat la ușă diferite afecțiuni?

Însăși Scriptura întreagă este plină de menționarea acestui cuvânt "sănătate", în aproape toate cărțile ei, prin urări. Preocuparea pentru sănătate nu este deci de azi de ieri, ci a apărut odată cu primele semne ale păcatului.

Este bine să rezolvăm problemele legate de suflet și afect și în mare parte se vor rezolva și problemele legate de diferitele organe sensibile. Aceste lacune și nevoi sunt reglementate doar printr-o informație corectă și o activitate constantă în acest sens.

Și totuși, cum spune un poet: "Mi-ai luat o piatră de la inimă, binefăcatorule, dar mai am una, la rinichi (Valeriu Butulescu)." După ce "inima" - centrul emoțiilor, a recăpătat echilibrul, rămâne încă rezolvarea diferitelor centre ale corpului, care răspund de buna sănătate a omului.

Să deschidem împreună mica noastră enciclopedie pentru a face cunoștință cu primul nostru subiect de sănătate: rinichii și afecțiunile renale.



Rinichii mai sunt denumiți organul pereche, deoarece se află situați de-o parte și de alta a coloanei vertebrale, sub torace, în spatele abdomenului, în apropierea organelor abdominale (stomac, pancreas, ficat). La fel ca si ficatul, rinichii au rolul de a curăța organismul de toxine, și în plus, ei sunt fabricanții anumitor hormone, echilibrează raportul baze – acizi in organism (pH), păstrează presiunea sangvină în condiții normale, ajută la mineralizarea oaselor și multe altele.

Rinichii primesc sânge prin intermediul arterelor renale, îl trec printr-o serie de tuburi denumite tuburi renale, unde este curățat de substanțe inutile și dăunătoare produse de organism sau preluate din exterior, după care sângele se întoarce la circulația generală prin venele renale. Prin intermediul acestui proces, elementele nutritive sunt transmise în organism prin intermediul circulației sângelui, iar cele toxice sunt eliminate prin urină.

Ambii rinichi sunt înveliți într-o capsulă (Capsulă fibrosă), și împreună cu glandele suprarenale sunt învelite într-un țesut gras (Capsulă adiposă).

Această capsulă adipoasă, care căptușește rinichii, este mai groasă în regiunea spatelui, rinichii fiind susținuți de o fascie în formă de sac deschis spre abdomen, rinichii și suprarenalele fiind în contact cu organele din abdomen.

Astfel rinichiul stâng vine în contact cu stomacul, splina, pancreasul, și colonul descendent, pe când rinichiul drept este în contact mai ales cu ficatul, colonul ascendent și duodenul.

De aceea, când există probleme renale, pacienții se plâng de alte dureri care par a nu avea legatură cu rinichii sau ficatul.

Există o serie de afecțiuni ale aparatului renal, însă printre cele mai răspândite se află litiaza renală.

Calculii sau "pietrele" cum mai sunt denumite, sunt formate din uraţi (săruri de amoniu și sodium- atenție deci la consumul de sare), oxalați (cea mai comună componentă a pietrelor de rinichi. Cercetătorii de stiință moderni au descoperit că măcrisul conține o concentrație mare de oxalaţi, ca și frunzele de rubarbă. Bacteriile produc de asemenea oxalați prin oxidarea carbohidraților – deci mai puține dulciuri și alimente de la brutărie, având în vedere că praful de copt conține de asemeni oxalați, fosfați sau săruri de calciu (folosită ca îngrășământ agricol, sau la dedurizarea apei și în

>>> continuare în pagina 8

>>> continuare din pagina 7

analize chimice).

Durerile pe care le prezintă o persoană care are calculi pot fi foarte mari, având în vedere faptul că formațiunile care apar sunt tari, colțuroase și deranjează

travaliul celorlalte substanțe din rinichi spre vezica urinară, care are loc printr-un canal subțire (ureter).

Netratate la timp sau neurmând tratamentul sugerat de medic, persoana poate ajunge la infecții grave ale rinichilor.

Folosirea lactatelor și a cărnii în mod excesiv, sunt de asemenea o sursă de calculi, deoarece acestea sunt sărace în fibre (mătura organismului – care aruncă afară tot ceea ce nu este de folos sau este în plus).

Medicamentele și vitaminele (vitamina C) consumate în exces, fără acordul expres al medicului, sunt un factor de risc în apariția calculilor.

Consumul de alcool și grăsimile, sunt alți factori de risc major pentru apariția infecțiilor la nivelul rinichilor.

Activitatea fizică și masajul diminuează apariția calculilor prin arderea a cât mai multor substanțe ingerate și prelucrate de aparatul digestiv și printr-o mai bună filtrare a lor de către rinichi.

Este nevoie să învățăm să oferim corpului acele alimente care nu doar ne satisfac gusturile, dar ne mențin si sănătatea. Iată câteva dintre acestea (bogate in fibre, magneziu, vitamina B6 sau potasiu), care ne pot ajuta la prevenirea litiazei renale: pepene verde, ceapă, cireșe, in, lămâie, lucernă de cultură, pere, piersică, salată verde, varză, alune, castravete, fasole verde, hrean, iarba-grasă, leuștean, măceșe, morcov, napi, ovăz verde (suc), păpădie, praz, ridiche neagră, țelină, usturoi, urzică, semințe de dovleac, fructe uscate, cereale integrale, banană, cartofi, nuci, avocado, pătrunjel, etc.

O metodă bună pentru eliminarea calculilor este folosirea cât mai mult a lichidelor (apă și ceaiuri), respectiv o cură de sucuri (din alimentele amintite, pentru o perioada de 5-7 zile.)

Pentru a da doar un exemplu, sucul de pătrunjel - un sfert de pahar, diluat cu trei sferturi de suc de morcovi și câteva frunze de leuștean, consumat de 3 ori pe zi, cu 1-2 ore înainte de masă, sunt un bun dizolvant al calculilor de rinichi.

Compresele calde cu sare în zona rinichilor pentru o jumătate de oră, sunt un calmant contra durerilor severe de rinichi.

Pentru a ne feri de perioadele lungi de suferință și boală, și a ne bucura de peisajul placut al toamnei, să ne propunem a avea grijă de sănătatea noastră prin ceea ce gândim, consumăm, ceea ce facem și cum ne odihnim.

Apostolul Pavel ne îndeamnă "Cercetați toate lucrurile și păstrați ce este bun". Iar aici, aș sublinia, doar ceea ce este bun!

-va urma-

...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::...

>>> continuare din pagina 2

deficiență mintală, în scopul recuperării acestuia.

Raporturile ce se stabilesc cu fiecare elev în parte sunt foarte importante. Elevul trebuie să simtă că este apreciat ca individ. Astfel, elevii vor participa la procesul de învățământ după posibilitățile fiecăruia, cadrele didactice trebuind să-și adapteze metodele pedagogice în consecință.

De multe ori se folosește și lucrul în grup care oferă posibilitatea elevilor cu dificultăți de învățare să colaboreze cu alții prin discuții, lucrări de cercetare și jocul de rol. Tipurile de grupuri pot fi:

- grup de opinii: acest tip de activitate se desfășoară prin discuții libere, însă asupra unui anume subiect;

- grup de simulare: această formă este utilă pentru studierea situațiilor reale, din viață, elevii trebuind să se pună în pielea unui personaj;

- grup de discuții libere: această formă este bună pentru învățarea anumitor abilități fundamentale;

- adunarea clasei: este utilă pentru a modifica comportamentele indezirabile și a induce simțul răspunderii;

În concluzie, învățătorul clasei trebuie să dobândească o pregătire adecvată în educația specială, să poată identifica elevii cu CES, să-i trimită la Comisia de Expertiză Școlară, să elaboreze, în colaborare, programele individualizate, să fie disponibil pentru a lucra cu alți specialiști, cu părinții, să aibă capacități manageriale și pedagogice la clasă, să lupte pentru reducerea izolării în clasă și activitate didactică.

Copiii sunt o categorie socială care, în ciuda aparențelor, nu au timp să aștepte: dacă sunt lăsați să crească fără ajutorul de care au nevoie, personalitatea viitorului adult are cu siguranță de suferit.

-sfârșit-

sursa: http://articole.famouswhy.ro

...::: Un mod de viață: Asociația „Ridică-te și umblă” :::...

Porunca vieții

GEORGE UBA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

Vă mai aduceți aminte de acel elefant care era legat de picior cu un lanț de câțiva metri, iar la celălalt capăt lanțul era legat de un piron de oțel înfipt în pământ? Ce era curios la acest uriaș era faptul că el nu forța lanțul pentru a ieși din acea captivitate, deși, dacă ar fi încercat s-ar fi eliberat cu ușurință. Când era un pui de elefant a încercat de nenumărate ori să smulgă pironul și n-a reușit. Acum, adult, se considera același prizonier care, prin prisma eșecului din trecut, nu mai încerca să se elibereze, crezând că puterea pe care o are nu va fi în stare să-l facă să iasă din detenția prescrisă. Un copil, care avea casa lângă țarcul animalului, s-a împrietenit cu pachidermul cel blând și-i aducea zilnic din mâncarea lui preferată, banane și mere. Locul de joacă rămânea același, o rază de câțiva metri în care se putea mișca. Într-o zi, copilul, venind în fugă spre prietenul lui, elefantul, s-a împiedicat de o piatră și și-a rupt piciorul. Durerea și strigătele lui l-au făcut pe uriaș să se agite. A priceput că micul lui prieten are nevoie de el. Și cu o mișcare bruscă și sigură a smuls pironul fără greutate și a alergat la copil, l-a luat pe trompă și l-a dus acasă. Salvându-și prietenul, elefantul s-a eliberat pe sine.

Cu acest număr al revistei pornim o călătorie de viață prin viziunea deschisă de Asociația „Ridică-te și umblă” înființată acum doi ani și jumătate și de fiecare dată vom provoca o stare de suflet. Această stare va alterna în note pasive și active, cele pasive referindu-se la repere de caracter, iar cele active la modul cum aplicăm valorile caracterului în propria viață și în alte inimi de lângă noi.

De ce a mai fost nevoie să se înființeze încă o asociație, pe lângă atâtea alte organizații care proclamă grija, ajutorul, compasiunea, sprijinul și generozitatea față de persoanele cu dizabilități? Nu se crează cumva o confuzie de oferte și nu obosește pe cel în suferință, cu pretențiile de altruism ale acestor organizații, dar care, posibil să nu aibă o motivație cinstită în slujirea lor? Poate da, poate nu. Dar un lucru este sigur: era nevoie de o asociație care să scoată viața la lumină printr-o poruncă și această poruncă a apărut în însăși numele asociației, care este și declarația de misiune: „ridică-te și umblă!”

Cineva, care Și-a lăsat hainele împărătești și coroana de Împărat al Universului în cuierul de lângă tronul Cerului, a coborât în picioarele goale și în straie omenești și prima Lui grijă a fost să-Și viziteze creația Lui suferindă: omul. Cu tristețe a constatat că coroana creațiunii Lui s-a aruncat în apele puțin adânci ale păcatului și și-a rupt verticala vieții. L-a găsit tot lângă o apă a amăgirii, dar acum dezamăgit își declară nevoia lui: „n-am pe nimeni!” De-odată, fără să-și imagineze, se trezește cu o ofertă incredibilă: „vrei să te faci sănătos?” Dacă da, atunci „ridică-te și umblă!” Și toți cei care aud această poruncă și cred că nu mai sunt singuri, se ridică și, uimire, chiar umblă! În ciuda picioarelor care nu răspund la comenzile neuronilor, ei umblă! În ciuda ochilor care nu se deschid, ei văd!

Probabil că se vor auzi obiecțiuni că sunt fantezii ale unei minți care se autoamăgește. Dar nu este așa pentru că prima frângere și prima orbire a fost a sufletului, care s-a lăsat accidentat de neascultare. Minunea se întâmplă întâi aici, înlăuntru nostru, iar urmarea refacerii fizice este urmarea firească a refacerii inimii, la timpul când Străinul din Galileea va reveni pentru a-Și onora pe cei care au răspuns poruncii Lui de a se ridica în frumusețea unei vieți verticale și plină de lumină și care li s-a dat în dar.

Această asociație nu va neglija socializarea, comunicare sinceră, bucuria întâlnirilor, sprijinul și prietenia cu alte persoane, dar deasupra tuturor și a toate se vor auzi mereu bătăile aripilor speranței, odată cu imperativul de ridicare din starea căzută a vieții. Puterea care este primită prin poruncă, nu doar va ridica ființa în picioare, ci va și umbla. Asta presupune o mărturisire printre semeni a celor ridicați, că este un Dăruitor care ne smulge din neputința frângerii și a întunericului și că nimic nu ne mai poate opri drumul către Casă, unde vom avea veșnice treburi ale Iubirii infinite.

Nu în ultimul rând, această asociație va fi un mod de viață pentru cei care nu vor să se mulțumească cu hotarele neputinței, ci vor trăi mereu cu convingerea că viața lor, prin valorile cerești, ating zilnic viața Vindecătorului dintre stele, pentru că ei se lasă atinși mereu de sănătatea acelei vieți care merită să fie trăită.

Este timpul să rupeți pironul care vă lega pe când nu aveați pe nimeni. Aveți deja puterea poruncii care vă somează: „Ridică-te și umblă!”

Talentul... nu cunoaste handicap!

BIBLIA

Dedicată prof.
Stănescu Ion

Diamant călăuzitor,
Spre tainele cunoaşterii.
Omul o citeşte zi de zi,
Filă cu filă te deschizi.

Logos de aur divin,
Dăruieşti dragoste eternă.
Ridici sufletul zdrobit,
Hristos mult ne-a iubit.

Înalţi şi dai speranţă,
Toată făptura mântuieşti.
Biblia e adevărul,
Scrisă de Însuşi Creatorul.

Oferi: îndurare, iertare,
Revelaţie şi lumină.
Scalzi inima de fericire
Cu Mesia avem nemurire.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

ÎMI PLÂNGE INIMA MEREU

Îmi plânge inima mereu
Vreau să mă urc pe munte
Dar este prea înalt pentru mine
Dă-mi putere și credință.

Vreau să am inima plină
Cu untdelemnul ungerii Tale
Tu ești un adăpost pentru mine
Și îmi asculți rugăciunile.

Doamne, cum să stau înaintea Ta?
De multe ori fug ca Iona,
Tu mă pui la lucru
Și-s ascuns de Tine.

Ajută-mă să mă ridic
Din starea mea cea grea
Să mă treci prin cuptoare
Să fiu curat ca aurul pentru Împărăția Ta.

Iordache Ionel Marius
Viişoara (Constanţa)

COMOARA MEA

Tu eşti totul pentru mine
Tu eşti a mea bogăţie
Eşti argint curat şi aur
În inimă eşti comoară.

Comoara mea e Dumnezeu
Îl port în inimă mereu
Prin Duhul și Cuvântul Său
Comoara mea e Dumnezeu.

Tu ești Tată în veșnicie
Reverși milă și iubire
Prin omul făcut de Tine
Și lucrezi prin el în lume.

Comoara mea e Dumnezeu
E har în sufletul meu
Și vestesc pe Dumnezeu
În Numele Fiului Său

Căci e viu, nemuritor
Și ne vrea pe toți în cer
Să-L iubim, să-L ascultăm
Numai prin Isus putem.

Comoara mea e Dumnezeu
E și Isus, Fiul Său
E dragoste în sufletul meu
Și mă încred în El mereu.

Perciu Elena
Craiova

DOMNUL

Atunci când este fericit și îi merge bine,
Omul nostru este cel mai tare domn din lume,
Tu Doamne atunci nu mai exişti pentru el,
Singurul domn din lume este numai el.

Dar Tu Doamne îi trimiți așa câte o supărare,
Dar ești bun și nu-l superi așa de tare,
Și îl superi ușor, doar așa cu blândețe,
Îi trimiți din când în când câte o tristețe.

Atunci omul nostru de Tine își aduce aminte,
Și regretă că a fost prost și fără de minte,
Își cere iertare, se închină și Îți promite,
Că nu are să mai fie prost și fără minte.

Atunci își dă seama de greșeala ce-a făcut,
Când un domn mare și tare s-a crezut
Iar Tu i-ai amintit că nu este un Domn
Și i-ai arătat că este un simplu om.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos (Argeș)

RUGĂ

Isus Hristos mi-e pavăză şi scut
Isus Hristos mi-e pernă, aşternut
Isus Hristos îmi spală dimineața fața
Isus Hristos îmi luminează ziua, viața.

Isus Hristos e Domnul meu
Isus Hristos Te rog mereu
Ajută-mă Doamne Isuse
Ajută-mă să merg și eu.

Vlad Sorinel
Bumbești Jiu (Gorj)

Talentul... Creatia ta

Talentul… (Creatia ta)

AM CERUT MÂNA TA

Am cerut mâna Ta,
O Isus a mă ţine,
Am plecat surâzând,
Viaţa Ta mă susţine,
Ca să văd uimitor,
Cum e haru-n decor,
Am lăsat viaţa mea,
În urma Ta..

Acum pun pas cu pas,
Văd genunchiu-mi,
Se pleacă,
Un copil devotat,
Vreau să-Ţi fiu.
De păcat,
O să-mi treacă,
Ca să vezi Tu Isus,
Nu e lucru uşor,
Viaţa este mister,
Trupul păcatelor…

Te iubesc şi Te ştiu,
Uite rana Te doare,
Glasul Tău mi-este viu,
Coasta împunsă e mare,
Cum să trec printre nori,
Şi prin cuie să merg,
Cu Isus le trec da pe toate,
Eu voi merge pribeag,
Sprinten printre iubiri,
Fremătând
În iertări de păcate.

Un copil de-i pierdut,
El la Tatăl său cată,
Şi doreşte-a uita,
Fapta lui de îndată,
Chiar greşit socotit,
Încă-i dă o răsplată,
Nu-i uşor să-i atingi,
Inima de iubire,
Căci un cântec de dor,
Va cânta
Cântec de regăsire.

Diaconu Liviu

DRAGOSTE... LA PRIMA VEDERE

pentru **Elena Ghiţă**
din Slobozia

Multe pierde omu-n lume,
Multe am pierdut şi eu,
Dar când te-am pierdut pe tine,
A fost lucrul cel mai greu.

Mi-ai intrat la inimioară,
De la primul tău sărut,
Pentru mine esti comoară,
Şi nu pot ca să te uit.

Cât voi fi pe această lume,
Tu eşti tot ce îmi doresc,
Mă gândesc mereu la tine,
Şi ce mult te mai iubesc.

Fără tine-mi este greu,
Şi nu aş putea trăi,
Tu eşti îngeraşul meu,
Te iubesc, te voi iubi.

Liviu Conea
Lipăneşti (Prahova)

TU FEMEIE

Pentru **Anişoara Cojocaru**
Plopeni (Constanţa)

Tu femeie firavă cu părul bălai
Cu sânii ca două gutui
Cu pletele mătăsoase sânii ţi-i mângâi
Din trupul tău firav
Ai adus pe lume un vlăstar
Un vlăstar de fată,
Să-ţi spună scumpa mea mamă
Iară tu, la rândul tău.
Cu o voce suavă
Îi spui dragă mami, dragă
Şi lui Dumnezeu Îi mulţumeşti
Că fata la rândul ei nepoţei ţi-a dăruit
Şi inima ţi-a împlinit.

Chită Adriana
Răchitoasa (Bacău)

PENTRU IUBIRE...

Pentru iubirea ta aș merge până la stele
Aș ruga zânele să-mi ajute ele...
Pașii să-mi călăuzească
Pe drumul meu, doar trandafirii să înflorească...

Pentru iubire, pentru fericire,
Pentru o clipă de... nemurie,
Aș da o floare de nu-mă-uita,
Ce a crescut timidă în... inima mea.

Pentru iubirea ce mi-a fost promisă
Aș aștepta oricât, până ce ușa
Spre „Țara fericirii" va fi deschisă.
Eu cred în iubire, iubesc cu sinceritate
Dar n-aș putea îndura durerea din răutate...

Albu Gina Lăcrămioara
Fieni (Dâmbovița)

EȘTI CA MINE

Dedicată fiului meu **Cozma Liviu**
și iubitei sale **Ana**

Viața mea toată îți aparține;
Mă dor ochii când te privesc,
Tu ești ca mine, eu sunt ca tine
Și-n vise lungi te regăsesc.
Speranța ta-i ca un miracol
Tu ești o carte, eu rânduleț,
Sufletul tău e prins de viața-mi;
Eu sunt ploaie, tu noruleț;
Tu ești idee, eu o scânteie
Suntem totuna cu sufletul.
Scriem pe foaie ca două condee
O literă eu, una scrii tu.
Inima-mi bate în pieptul tău
Ești un miracol, eu sunt minune,
Și te iubesc de parc-aș fi eu,
Treziți sunt zorii când ești cu mine,
Sunt rândunica, tu rândunel
Zburăm în codrul cel vrde, umbros
Mergi pe-o cărare, eu te găsesc
Și plâng de iubire și de frumos.

Gheordănescu Maria
Cobadin (Constanța)

...::: Anunţuri de la cititori :::... ...::: Anunţuri de la cititori :::... ...::: Anunţuri de la cititori :::...

Negrea Ionică

Mă numesc Negrea Ionică, sunt cu un handicap gradul unu de invaliditate, şi pe această cale rog din toată inima pe toţi fraţii şi surorile şi toţi cu inima bună să mă ajute şi pe mine cu suma de 1.400 RON (14.000.000 lei vechi) pentru a-mi procura două baterii pentru un căruţ electric. Eu mulţumesc mult pentru înţelegere şi Domnul să vă binecuvânteze. Cei ce doresc să mă contacteze mă pot suna la numărul de telefon: ***0726-607740.***

Zoiţa

Mă numesc Zoiţa, am 54 de ani, domiciliez în Paşcani, jud. Iaşi. Sunt persoană cu handicap gradul 1. Caut urgent persoană pentru îngrijire contracost, care să locuiască la mine. Pentru mai multe relaţii pot fi contactată la număr telefon ***0761-411210*** *sau* ***0236-346885****.*

Chită Adriana – Răchitoasa (Bacău)

Bologa Anişoara - Greci (Mehedinţi)

Dragii mei vă anunţ pe toţi ce-i care aţi cunoscut-o pe prietena noastră de suferinţă Bideanu Elena din Brăila, care pe data de 13 septembrie a încetat din viaţă.

Dumnezeu să o odihnească în pace!

Macavei

Vând scuter elecric, preţ convenabil [necersită baterii]. Persoană de contact d-ul Macavei, tel. ***0244-367041 com. Cornu, jud. Prahova.***

Mitică

Dragii mei colegi de suferinţă, vă rog din tot sufletul, cine are şi mă poate ajuta cu un aparat pentru masaj. Vă mulţumesc pentru ajutor. Sunaţi la ***0747-364283***

Dana

Persoană serioasă, fără obligaţii, cu experienţă în domeniu, îngrijesc non stop persoană bolnavă sau copil la domiciliul acestora. Prestez serviciu şi de menajeră. Relaţii la tel ***0784-763257****. Anunţul este valabil doar pentru persoane din zona Ardealului.*

Cristi Badea

Dorința mea cea mai mare este să-mi poată oferi cineva de lucru la domiciliu, orice se poate lucra la domiciliu. Sunt de acord să mi se dea mai întâi de probă. ***Cristi Badea, sat Metofu, nr. 42 A, loc. Poiana Lacului, jud. Argeș, tel. 0728-089707***

Nota redacţiei: Responsabilitatea corectitudinii informaţiilor din anunţuri, aparţine în totalitate autorilor!

...::: Anunţurile redacţiei :::... ...::: Anunţurile redacţiei :::... ...::: Anunţurile redacţiei :::...

INVITAŢIE – APEL

După cum știți, revista o trimit deja de mulți ani și în format electronic, prin e-mail, mai exact zis: în format pdf. Primirea prin e-mail are mai multe avantaje (primirea mai devreme cu câteva zile, toată revista color, claritate a imaginilor, etc.) și un dezavantaj (nu poate fi citită decât pe computer sau altceva asemănător). Părerea mea de rău constă în faptul că nu o primiți mai mulți dintre voi prin e-mail. Fac un apel la voi, cei ce aveți computer, acces la internet, adresă de e-mail, trimiteți-mi pe adresa mea de e-mail (aurelsda@yahoo.com) un scurt mesaj cu numele, adresa poștală și adresa de e-mail, astfel încât să o puteți primi și pe e-mail, în format electronic, digital. În viitor, sunt șanse foarte mari ca revista să nu mai apară decât pentru puține luni în format tipărit. Vă rog mult, trimiteți adresa de e-mail.

Subliniez: toți cei care îmi veți da adresa de e-mail veți primi revista și în format tipărit (atâta timp cât mai sunt fonduri) și în format electronic! Momentan 70 de persoane cu dizabilități o primesc în felul acesta. (O primesc în ambele formate, deoarece, în general, o dau și altora s-o citească)

Însă dacă printre voi, cei care aveți acces la internet, sunteți și persoane care o citiți numai voi și nu aveți nevoie de ea și în format tipărit, încercați să o primiți numai în format electronic. Poate vi se pare o măsură măruntă, însă la fiecare 100 de reviste netipărite și neexpediate, economia se poate ridica la multe milioane pe an:

- 100 reviste netipărite și neexpediate – 1.680 lei / an (16.800.000 lei vechi / an);
- 200 reviste netipărite și neexpediate – 3.360 lei / an (33.600.000 lei vechi / an);
- 300 reviste netipărite și neexpediate – 5.040 lei / an (50.400.000 lei vechi / an);
- 400 reviste netipărite și neexpediate – 6.720 lei / an (67.200.000 lei vechi / an);
- Etc.

Până acum 176 prieteni, înțelegând nevoia mare de a face economii, au renunțat la a o mai primi în format tipărit, primind-o doar în format electronic.

Vă mulțumesc din toată inima.

ATENȚIE!!!

Vă rog mult, nu mai trimiteți anunțuri, felicitări sau orice altceva pe mess sau pe Facebook. Există riscul mare să nu le vedeți publicate! Trimiteți prin scrisori, sms, e-mail sau telefonic.

De asemenea, vă rog mult, trimiteți copii ale poeziilor, deoarece nu le pot returna.

...::: Să ne rugam pentru :::... ...::: Să ne rugam pentru :::... ...::: Să ne rugam pentru :::...

Să ne rugăm pentru Aurel ca Dumnezeu să-i dea sănătate și să-l ajute să găsească sponsori pentru ca revista să apară mereu. Să ne rugăm și pentru familia lui.

Să ne rugăm pentru familia Deaconu și pentru familia Iliescu.

Să ne rugăm pentru asociaţia „HandHope", pentru revista „Împreună", fundația „Alinare" și clubul „Ridică-te și umblă" ca Dumnezeu să lase belșug de binecuvântări.

Să ne rugăm pentru frații, surorile și prietenii de suferință ca Dumnezeu să-i binecuvânteze cu vindecări, cu bucurii depline în familiile lor.

Să ne rugăm pentru familia mea care are mare nevoie de Dumnezeu.

Iordache Ionel Marius – Viişoara (Constanţa)

Să ne rugăm pentru familia lui Aurel Burcea și a dânsului personal, pentru sponsorii revistei și pentru toți bolnavii din lume.

Să ne rugăm pentru unchiul meu, Gheordănescu Chirilă și pentru mătușa mea Jeni.

Să ne rugăm pentru fratele meu Gheordănescu Vasile și pentru cumnata Valy.

Să ne rugăm pentru vecinul meu Iordache Marius și familia lui.

Gheordănescu Maria – Cobadin (Constanța)

Din cauză că trebuie să stau mult pe căruț (14-15 ore zilnic), escarele mi se închid și mi se deschid. Slavă Domnului! S-au închis, dar rog să fiu susţinut în continuare în rugăciune.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

Să ne rugăm pentru întâlnirile din Bucureşti, Ploiești și Constanța, să găsim sponsori pentru ele, pentru activităţile ce se vor desfăşura, pentru ca să ni se umple inimile de împlinire, bucurie, satisfacţie...

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

<u>După cum bine vedeți, revista a apărut iarăși. Mulțumim tuturor sponsorilor, știuți și neștiuți, tuturor acestor oameni minunați care ne-au ajutat dezinteresat în toți acești ani (mulțumim din suflet).</u>

<u>Să continuăm să ne rugăm ca Bunul Dumnezeu să continue să lucreze la inima oamenilor.</u>

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

...::: La Mulţi ANI! :::... ...::: La Mulţi ANI! :::... ...::: La Mulţi ANI! :::... ...::: La Mulţi ANI! :::...

<u>Asociația și Biserica "Ridică-te și umblă"</u>

*Asociația si Biserica "Ridică-te și Umblă" București urează membrilor și voluntarilor care sărbătoresc ziua de naștere în luna octombrie, un sincer și călduros **„La mulţi ani!"**, împlinirea tuturor dorintelor și Dumnezeu să îi binecuvânteze din belșug și neîncetat: **Nicoleta Alexandrache, Maria Cărare, Florin Croitoru, Ion Florea, Daniela Golubeanu, Alina Daniela Marcoşanu, Eugenia Pecheanu, Niculina Tucă, Adela Vasile, Ciprian Voinea, Ţapu Cătălin, Joiţoiu Marian.***

<u>Anonimă</u>

*Pentru **Lucian** din Mizil - Prahova, care pe 14 octombrie o frumoasă vârstă împlineşte. Nu uita că acolo sus Cineva te iubeşte, şi îţi va trimite o soţie, că numai El soarta îţi ştie. Un sincer **„La mulţi ani!"**.*

<u>Lucian</u>

*Pe 12.10. e ziua iubitei mele **Rusu Lenuţa**. Trandafirii pe care i-ai adunat în cununa vieţii tale, lasă-i astăzi să se împletească într-un buchet al împlinirii. Fie ca florile iubirii să-ţi împodobească viaţa şi să-ţi vezi împlinite toate dorinţele, să calci mereu pe trandafiri, pe flori nemuritoare, să ai în ochii tăi priviri ca razele de soare, să ai o viaţă ca-n poveşti, cu vise împlinite, să dărui celui ce iubeşti, doar clipe fericite. **„La mulţi ani!"**, să nu ai lacrimi, nici tristeţe, doar zâmbet şi blîndeţe, să fii aşa cum te-am cunoscut, dragoste şi fericire, sănătate pe vecie. Te iubesc Leny!*

<u>Neacşu Viorica & Claudiu</u>

*Soţul meu, **Anghel**, va împlini pe data de 4.10.2012 vârsta de 60 de ani. Cu această ocazie, soţia Viorica şi fiul Claudiu, îi dorim multă sănătate, fericire, îi spunem că îl iubim, că îl apreciem pentru tot ce face pentru noi. Îi dăruim toate florile din lume şi îi spunem un călduros **„La mulţi ani!"***

<u>Fam. Neacşu Anghel şi Viorica</u>

*Buna noastră prietenă **Ani Cojocaru** va împlini în luna octombrie o frumoasă vârstă. Cu această ocazie îi dorim multă sănătate, fericire, împlinirea tuturor dorinţelor, un mare buchet de trandafiri şi îi dorim un călduros **„La mulţi ani!"***

<u>Pop Mihai – Breb (Maramureş)</u>

*Pentru o prietenă foarte dragă sufletului meu, **Anuca Cupşa**, care pe 23 octombrie va adăuga o frumoasă orhidee la buchetul vieţii. Îi transmit un sincer şi călduros **„La mulţi ani!"** cu multă sănătate, fericire, multe bucurii, împlinirea tuturor dorinţelor alături de soţul ei bun şi de întreaga familie! Fie ca tot ce îţi doreşti, / Să ţi se împlinească, / Şi fericire Domnul să îţi dea / La orice pas în a ta viaţă! Cu prietenie şi mult drag.*

<u>Chită Adriana - Răchitoasa (Bacău)</u>

*Prietenii mei de suferinţă mai pun o crizantemă în buchetul veţii: **Petrariu Lili**, 30 sept, din Botoşani; **Kakula Mona** pe 6 septembrie a făcut 1 an de când este împreună cu iubitul ei **Atty** (le doresc să-i ţină Dumnezeu mereu împreună şi să se ajute la bine si la greu), iar pe 22 octombrie **Cojocaru Anişoara** mai pune o crizantemă în buchetul vieţii.*

*Vă doresc din toată inima să aveţi parte de tot binele din lume şi vă dăruiesc toate florile din lume. **„La mulţi ani!"***

<u>Gigi Popescu</u>

*Pentru **Onuț Costel**, care pe data de 5 octombrie împlinește o frumoasă vârstă, îi doresc un călduros **„La mulţi ani!"**, sănătate, fericire și noroc în viață.*

*Pentru **Cecilia** (Moldoveanca) pe 18 octombrie împlinește o frumoasă vârstă. Îi doresc multă sănătate, fricire, **„La mulţi ani!"** și mult noroc în viață.*

<u>Bologa Anișoara – Greci (Mehedinți)</u>

*Pentru **Neacşu Anghel**, 4 octombrie, **Ştefan Maria**, 19 octombrie, **Cupșa Anuca**, 23 octombrie, **Stancu Elena** și **Cojocaru Anișoara**, 27 octombrie, **Ojog Monica**, 28 octombrie, vă doresc multă sănătate, bucurii, fericire și un călduros **„La mulţi ani!".** Drumul vieții să vă fie presărat cu petale de crizanteme.*

<u>Veronica & Ghiţa Bucşa Lolica</u>

*Pe 14 octombrie **Ana Totu** adaugă în buchetul vieţii încă un trandafir. Prietenii Veronica şi Ghiţa Bucşa Lolica, îi urează **„La mulţi ani!".***

<u>Paul-(Dolj)</u>

*Pe 17 septembrie a fost ziua mamei mele **Nicoliţa**, ce a împlinit o frumoasă vârstă, adăugând încă un trandafir la buchetul vieţii ei. Îi urez clipe fericite, sănătate, bucurii şi **„La mulţi ani!".***

<u>Gheordănescu Maria – Cobadin (Cnstanța)</u>

*Fiul meu, **Liviu**, împlinește frumoasa vârstă de 34 de ani. **„La mulţi ani!"** fericiți. „Dragul meu, eu îți doresc / Tot ce-i bun și ce-i frumos, / Să fii iubit și să iubești / Ca boema din grădină să înfloreşti / Feciorul meu cel bun și drag / Cu ochii albaștrii și drept ca un brad, / Tu ești lumina ochilor mei, / De ziua-ți frumoasă-ți trimit porumbei; / Să-ți spună ei prin zborul lor lin / Că pentru mine ești floare de crin."*

*Pentru vechea prietenă **Anișoara Cojocaru**, **„La mulţi ani!"** „Floare de regina nopții / Ești și nu te voi uita / Îți urez să-ți vină sorții / Să bată la poarta ta!"*

Irina Modreanu
București

Când ai plâns atât de mult încât simți că te doare inima, Dumnezeu ți-a numărat lacrimile. Când simți că viața stă pe loc și timpul trece pe lângă tine... Dumnezeu te așteaptă! Dumnezeu are un răspuns pentru tine. Dacă dintr-o dată chipul se luminează și mai găsești o urmă de speranță, Dumnezeu ți-a soptit. Dacă lucrurile merg bine și ai motiv să fii mulțumitor, Dumnezeu te-a binecuvântat! Dacă ți se întâmplă ceva frumos, Dumnezeu ți-a zâmbit. Amintește-ți că oriunde ai fi și oricum te-ai simți, Dumnezeu știe și te iubește! Numai bine în tot ceea ce faci. Fii bucuros(ă) că începe o nouă zi cu noi binecuvântări și speranțe, care pot fi reale în timp, cu voia Domnului, Amin!

Irina, de la un timp cauți mereu să ne păstrezi vie în minte realitatea unui Dumnezeu plin de atenție și de gingășie față de noi, mereu prezent în viața noastră. Ce bine ar fi dacă am înțelege lucrul acesta! Mulțumim Irina!

Vali Fencea
Ciutelec (Bihor)

Dumnezeu ne-a creat după chipul şi asemănarea Sa şi ne-a înzestrat cu diverse aptitudini, calităţi, puteri şi dorinţe. Suntem asemenea unei flori gingaşe şi zîmbitoare sub mângâierea soarelui, dornici de o atingere, pentru că fiecare avem nevoie de iubire.

Ne plecăm sub povara greutăţilor, a încercărilor, de parcă furtuna a năpădit în sufletul nostru, în viaţa noastră, dar prin glasul rugăciunii reuşim să simţim puterea divină şi să ne ridicăm din noroiul în care, în urmă cu câteva minute, ni se părea că înotăm şi în care aveam impresia că ne vom scufunda pentru totdeauna.

Cu paşi mici ne continuăm drumul mai puternici şi dorind să ne numim învingători. Suntem asemenea unor frunze desprinse în plină toamnă şi aşternute ca un covor şi pe care umilirea, jignirile şi neînţelegerea ne strivesc adesea sub paşii nepăsării. Dar asemenea naturii ce renaşte în primăvară, şi noi, cu ajutorul lui Dumnezeu, avem puterea să plângem, să zâmbim celui ce ne-a jignit să nu creadă că ne doare, să iertăm şi întindem o mână a prieteniei tuturor ce ne acceptă aşa cum suntem.

Suntem asemenea unor păsări rostind de multe ori „Dă-mi Doamne aripi să zbor cu gândul şi privirea, să cuprind universul şi să descopăr locuri necunoscute”.

Aripile ne sunt unora înfrânte şi suntem ţintuiţi într-un scaun cu rotile, dar avem curajul şi puterea de a sfida neputinţa şi de a călători cu sufletul şi dorinţa din noi de a ajunge cât mai departe de durerea noastră, de lumea uneori atât de greu de acceptat.

Depinzând de alţii, uneori avem impresia că îndelunga răbdare nu s-a împărţit la noi, oamenii. Şi cei care ne înconjoară şi sunt datori să ne ajute uneori, au obosit, sunt împovăraţi de grija zilei de mâine şi nu au mereu puterea de a ne înţelege, răbdarea de a face totul cum am vrea. Din cauza durerilor fizice şi sufleteşti, poate nici nu suntem mereu plini de toleranţă şi răbdare. Reacţionăm sub impulsul reacţiilor de moment chiar dacă apoi regretăm.

Am şi eu momente când simt că am ajuns la limita răbdării. Aş vrea să pot da cu viaţa de pământ, să o fac cioburi şi apoi să o pot forma ca pe un puzzle, după bunul meu plac. Aş vrea uneori să am puterea să schimb ceva în această viaţă, să trăiesc în alte timpuri. Dar cu siguranţă nu ar fi bine să avem asemenea puteri. Ce s-ar întâmpla dacă Dumnezeu ne-ar pedepsi pentru fiecare greşeală, pentru fiecare rău? Ne-ar putea nimici pe toţi într-o secundă. El ştie cel mai bine de ce se întâmplă fiecare lucru bun, fiecare lucru rău, de ce e prea cald, de ce nu plouă, de ce există fiecare anotimp, de ce fiecare suntem trecuţi prin încercări şi dureri.

Suntem asemenea unei sălcii pletoase, plângem la greu, dar şi în bucurie, plutim ca nişte nave pe apele învolburate ale mării zbuciumaţi de furtunile vieţii, dar nu ne pierdem curajul şi puterea de a ne înălţa, de a renaşte ca pasărea Phoenix din ţărână, de a reveni la ţărm şi a ancora în portul vieţii călăuziţi de marele Împărat al lumii: Isus. Să ne lăsăm trupul, sufletul, întreaga viaţă în căuşul palmelor Sale şi El ne va purta spre o lume de vis, locul râvnit de toţi: raiul.

Oricât am fi de slabi sau de tari, să nu uităm că viaţa e o luptă şi cu ajutorul lui Dumnezeu vom învinge mereu.

Ești o luptătoare Vali! Te admir pentru tăria și optimismul tău și mă bucur că ții să ne împărtășești și nouă din gândurile și frământările tale, prezentându-ne și Sursa optimismului, încrederii și puterii tale: Bunul Dumnezeu. Mulțumim Vali!

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

Să nu ucizi. Încetul cu încetul, îi ucidem pe cei de lîngă noi. Criticăm mereu şi mereu, le spunem vorbe foarte grele, îi facem să lăcrimeze. Cei dragi nouă se închid în ei şi devin solitari. Niciodată nu ne convine nimic din ceea ce face persoana de lîngă noi. Îi privim pe semenii noştri cu privirea încruntată, făţarnică şi glacială. Le aruncăm la gunoi, apropiaţilor noştri, obiecte şi amintiri de o viaţă, pe care ei le iubesc cel mai mult.

Cum ar fi să le dăruim un zîmbet? Cum ar fi să oferim necondiţionat bucurie şi fericire? Cum ar fi, prin faptele noastre, inima şi sufletul celor de lîngă noi, să aibă strălucirea unui diamant?

Mda! Din nefericire cam așa stau lucrurile. Criticăm, criticăm și iar criticăm, de parcă toate ni se cuvin, iar cei dragi, cei de lângă noi, ar fi obligați să... Bine ar fi să trecem cât mai repede la a pune în practică ceea ce ne îndemnați în partea a doua. Mulțumim!

Kerekes Ibolya
Mirăslău (Alba)

Atât timp cât privești la Domnul, El nu te va părăsi. Atâta timp cât vei fi cu El, te va ocroti. Atâta timp cât îți înalți rugăciunea spre tronul Său, El va asculta glasul tău. Atâta timp cât inima ta va fi a Domnului, vei reuși în dragostea Lui.

Dacă în astă lume fără El pornești, ți-e greu. Dacă nu te încrezi în brațul Său puternic, nu ai să reușești. De acea ascultă glasul Lui cel blând și încrede-te în Dumnezeu și totul va fi bine, așa cum va voi El.

Înțelepte îndemnuri. Dacă le credem și le punem în practică, vom avea numai de câștigat. Mulțumim!

(Oare din 3.000 de primitori ai revistei, nu se mai găsesc câţiva care să trimită gânduri – proprii sau citite – care să transmită un mesaj de încredere, speranţă, optimism… Eu continui să cred că da. Aştept!)

Impozitul pe bobul de grâu

Av. DANA BORDEIANU

Deşi anul acesta hambarele nu sunt tocmai pline, totuşi, agricultura este strigată la catalog de către Fisc.

Şi, dacă până de curând veniturile din agricultură ori nu au fost luate în seamă ori nu au contat, acum le-a venit rândul. Impropriu spus acum, pentru că OUG 125/2011 a modificat Codul Fiscal încă de la 1 ianuarie 2012, dar oamenii tot n-au crezut că se va aplica.

Până în 2011, arendatorii aveau obligaţia să îşi declare singuri veniturile din arendă, însă realitatea a demonstrat că nu o făcea mai nimeni. Cum să se ducă bătrânul de la sat la Fisc şi să i se impoziteze dublele de grâu pe care le-a luat de pe jumătate de pogon de pământ, când el nici măcar nu ştie să scrie şi are aproape 80 de ani?

Anul 2012 nu este un an bun pentru agricultură, culturile nu au fost nici măcar la nivelul culturilor medii ale ultimilor 10 ani, însă anul precedent a fost excepţional, un an de referinţă, un an cu care te întâlneşti la 10-15 ani o dată. Cu toate astea, de acum sunt impozitate la sursă veniturile din arendă.

Cum sunt impozitate veniturile din arendă? Iată:

"Impozitul pe veniturile din arendă se calculează prin reţinerea la sursă de către plătitorii de venit la momentul plăţii venitului, prin aplicarea cotei de 16% asupra venitului net, impozitul fiind final."

"În cazul în care arenda se exprimă în natură, evaluarea în lei se face pe baza preţurilor medii ale produselor agricole, stabilite de consiliul judeţean (pentru anul 2012 grâul fiind de 0,65 lei/kg conform Hotărârii Consiliului Judeţean Călăraşi, de exemplu)".

"Impozitul calculat şi reţinut pentru veniturile din arendă se virează la bugetul de stat lunar, până la data de 25 a lunii următoare."

"Venitul net din arendă se stabileşte la fiecare plată prin deducerea venitului brut a cheltuielilor determinate prin aplicarea cotei de 25% asupra venitului brut."

(Extras din art.62 Legea 571/2003 privind Codul Fiscal, modificat prin OUG 125/2011)

Ce presupune acest lucru de fapt?

Trebuie explicat fiecărui arendator, respectiv proprietar de teren, că anul acesta va primi mai puţini bani decât şi-ar fi imaginat ca primeşte. La contractele de arendă trebuie încheiat câte un act adiţional în 5 exemplare, prin care arendatorului i se aduce la cunoştinţă că venitul din arendă este impozitat la sursă şi că el nu are obligaţii fiscale.

Arendaşul este obligat să depună actul adiţional atât la Consiliul local cât şi la APIA.

Arendaşul este obligat să declare fiecare CNP, respectiv arendator în parte, în declaraţia 112, lunar, la fiecare 25 a lunii următoare pentru care s-a făcut plata arendei. Arendaşul trebuie să calculeze impozitul pe venitul din arendă, iar cum lucrurile în România nu sunt făcute să fie simple ci complicate, arendaşul eventual trebuie să ia în foarte serios acest fapt.

Cum stau lucrurile în realitate?

Arendaşului îi va fi foarte greu să îi explice proprietarului de teren, unii dintre ei bătrâni, că primesc mai puţini bani sau grâu.

Arendaşul se luptă încă cu titlurile de proprietate şi punerile în posesie suprapuse, iar de cele mai multe ori, pe un titlu apar vreo 5-10 moştenitori de drept, fără succesiuni făcute sau chiar de multe ori fără puneri în posesie, iar eu personal nu voi fi surprinsă dacă morţii vor plăti impozite!

Arendaşul, de cele mai multe ori om al câmpului şi fără a folosi tehnica de calcul, va trebui să calculeze impozitul, să îl declare şi să raporteze 100 sau 1.000 de CNP-uri, poate fără a şti cum să o facă. Arendaşul va trebui să întocmească actele adiţionale de modificare a contractelor de arendă şi să mai facă nişte drumuri cu ele, pe la APIA şi Consiliile Locale, iar el încă nici nu şi-a strâns recolta de pe câmp sau nu şi-a pregătit terenul pentru aratul de toamnă.

Mulţi dintre ei sunt disperaţi, nu ştiu încotro să o ia şi cum să rezolve problema. Unii nu au început împărţirea arendei, cu toate că în faţa porţii lor se strâng zilnic câte 20-30 de ţărani nevoiaşi, care îi imploră să le dea grâul, că nu mai au ce dă copiilor de mâncare.

Unii dintre ei au dat grâul fără a reţine nici un impozit, alţii au fost mai isteţi şi au pus arendatorul să semneze o hârtie, cum că cel din urmă se va duce la Fisc să îşi declare boabele.

>>> continuare în pagina 19

100 volti traversând creierul

de Marc-Andre Sabourin

Uitați imaginile oribile asociate electroșocurilor. Acesta este un tratament prescris de doctorii din Quebec (Canada) împotriva diferitelor forme de depresie.

Întins pe o masă în sala de operație, Gilles Tremblay (nume fictiv) ignora cele două infirmiere care-i fixau electrozii pe spate și pe cap. Nu era atent decât la psihiatrul care se afla în dreapta sa, însă teama sa nu a scăpat neobservată doctorului.

„Nu vă îngrijorați, îl asigură el. Totul se va termina cu bine."

Amețit, Gilles adoarme lin sub efectele anesteziei generale. Echipa doctorului Vanier nu are la dispoziție decât câteva minute pentru a aplica electroșocurile.

Anestezista i-a injectat imediat o doză suplimentară dintr-un medicament intravenos pacientului. Fără această substanță paralizantă, convulsiile datorate electroșocurilor, ar fi atât de violente încât pacientul și-ar putea fractura unele oase. În câteva secunde, otrava i-a paralizat mușchii plămânilor: Gilles a încetat să mai respire și a fost nevoie să fie trecut pe respirație artificială. Iată-l ajuns într-o stare de moarte aparentă... dar pentru ca apoi să-și recapete dorința de viață. Gilles suferea de depresie majoră.

Ultima dată când fostul prof. universitar și-a revăzut sora nu a recunoscut-o. Nici ea pe el... La cei 70 de ani Gilles era așa afectat de boală încât pielea sa, aproape străvezie, părea prea mare pentru a acoperi scheletul ambulant care devenise. Nici unul din medicamentele care i-au fost prescrise nu i-au fost de vreun ajutor. Ultima sa speranță: electroșocurile, tratament cunoscut și sub numele de sismoterapie, sau electroconvulsoterapie (ECT).

Imediat ce pacientul a fost total paralizat, doctorul Vanier a pus în funcțiune un aparat care semăna cu un amplificator. Un curent electric de peste 100 volți a străbătut creierul lui Gilles, pentru mai puțin de două secunde. Câteva clipe mai târziu, Glles s-a trezit, confuz. Partea esențială a procedurii nu a durat decât un sfert de oră. Peste trei zile urma să reînceapă procedura. Alte patru ședințe mai erau necesare înainte de a ști dacă electroșocurile au un efect pozitiv pentru vindecarea lui Gilles de depresie.

Uitați imaginile corpurilor martirizate pe care poate le-ați văzut în piesa de teatru „Zbor deasupra unui cuib de cuci", sau „Alis Robi: viața mea în cinemascop". De când a fost pusă la punct în anul 1938, de către italienii Ugo Cerletti și Lucio Bini, tehnica electroșocurilor a evoluat foarte mult. În acea epocă medicii credeau că persoanele care sufereau de epilepsie erau mai puțin susceptibile de a se îmbolnăvi de schizofrenie. Ei se înșelau, dar aceasta le-a dat ideea de a provoca convulsii celor bolnavi de schizofrenie.

Ugo Cerletti a încercat mai întâi cu câini, electrocutându-i, dar majoritatea animalelor nu rezistau la acest tratament și mureau. Până într-o zi când Lucio Bini a venit cu ideea de a trece curentul electric numai prin craniu și nu prin tot corpul. Primele încercări pe oameni a dat niște rezultate stupefiante: după 11 ședințe, un schizofren a fost declarat complet vindecat.

Terapia s-a generalizat rapid. Dar electroșocurile „la rece" nu sunt fără riscuri, iar utilizarea lor de a trata tot și mai ales orice boală - sau pentru a pedepsi, nu a rămas fără controverse. Între 1960-1980 tratamentul a fost puțin câte puțin înlocuit cu

Dr. Claude Vanier

medicamentele (farmacoterapia).

Tratamentul cu electroșocuri nu a dispărut din spitale. După datele furnizate de Regia de Asigurări de Sănătate din Quebec, 619 pacienți au fost tratați, în 2008 cu aproximativ 6.226 ședințe de electroconvulsoterapie (ECT), noul nume al „electroșocurilor".

Claude Vanier, imediat după ce și-a terminat studiile în psihiatrie, a început să administreze electroșocuri la Spitalul Louis-H. Lafontaine, în 1984. „S-a întâmplat așa ca prin hazard, spune el. Mi-au cerut să înlocuiesc un coleg și eu am acceptat." Astăzi în acest spital se administrează în jur de 1000 de ședințe ECT pe an.

„ECT este un tratament excepțional, pentru care există reguli precise", explică medicul. În Quebec electroșocurile se aplică sub anestezie generală și servesc în general pentru a vindeca depresia majoră rezistentă la medicamente. Acolo unde antidepresoarele eșuează, ECT reușește adesea.

Depresia majoră severă, se caracterizează prin absența dorinței de a mai trăi, lipsa apetitului, insomnii, pierderi de memorie și gânduri suicidare. „Când aceste simptome se întrepătrund, noi încercăm tratamentul de ECT, înaintea oricăror alte tratamente", susține doctorul Claude Vanier.

În conformitate cu Ghidul practic al Asociației Americane de Psihiatrie, sismoterapia are un nivel de eficacitate de 80-90%, dacă este utilizată înaintea antidepresoarelor,

>>> continuare în pagina 17

>>> continuare din pagina 16

pentru a trata depresia. Dar psihiatrii o prescriu în general, ca un ultim recurs și eficacitatea metodei scade la 50-60%.

„Majoritatea medicilor nici măcar nu prescriu pacienților un astfel de tratament", regretă Claude Vanier. După el, mulți medici, mai ales cei în vârstă, au o viziune foarte negativă despre tratament. Unora le este teamă de reacția pacientului.

„Aș spune că 99,9% dintre pacienții care se prezintă la mine la birou, le este frică de tratament, subliniază el. Și-i înțeleg."

De fiecare dată, Claude Vanier îi liniștește și apoi le explică procedura insistând pe două puncte: nu vor simți nici o durere și riscurile sunt minime. „Este mai puțin periculos să primești un tratament cu ECT, decât să-ți scoți amigdalitele", le precizează el.

Douăsprezece ședințe sunt în general necesare, în medie câte două sau trei pe săptămână. Un veritabil parcurs de luptător. Electrosocul combinat cu anestezia, creează o stare de confuzie și de oboseală, care poate persista pentru câteva ore. În foarte rare cazuri, aceste sechele pot rămâne permanente.

Așezată la un mic birou de spital impersonal, Nicole Dumais (nume fictiv) își ascultă psihiatrul făcând un bilanț al tratamentului ei. Pilulele verzi nu au funcționat. Cele mici și albe, deasemenea nu au avut efect. Cele verzi și roșii i-au dat o mică speranță, dar s-a spulberat repede. După ce i-a prescris timp de un an tot felul de antidepresoare pacientei sale, medicul și-a dat verdictul în 2007: depresia sa majoră rezistă medicamentelor. El i-a propus să încerce tratamentul cu electroșocuri.

Nicole a cerut un timp de gândire. În ciuda cuvintelor de asigurare ale practicienilor, ea are în minte imagini oribile: descărcarea electrică, țipetele, convulsiile, nebunia... Dar suferința prin care trece o face să se gândească la tratament. „Între sinucidere și electroșocuri am ales."

În primăvara anului 2007, într-un interval de două luni, Nicole a fost supusă la 13 ședințe de sismoterapie. Ea își amintește doar puține lucruri din această perioadă a vieții sale, dar își amintește foarte bine de ceea ce s-a întâmplat apoi. În luna mai când a mers în grădină pentru prima dată în acel an, a rămas uimită. „Nu putea să-și amintească numele niciunei plante, povestește ea. Niciuna" Pasionată de agricultură, ea petrecuse o mare parte din iarnă selecționând florile pe care să le planteze în primăvara următoare în grădina sa.

Nu era ceva rar, după un tratament cu electroșocuri, ca bolnavul să manifeste probleme de memorie în primele zile, chiar câteva săptămâni. Dar câteodată, ca și în cazul lui Nicole, unele amintiri nu au mai revenit niciodată.

Astăzi, cărțile sale de horticultură, lopețile și alte unelte pe care le utiliza la grădinărit, stau aruncate în garaj. Un grădinar se ocupă acum de grădina sa. Pentru a mai adăuga ceva la dificultățile legate de depresia sa, aceasta nu a dispărut în comparație cu plăcerea de a îngriji florile.

Psihiatrii nu-și explică faptul de ce la unii pacienți unele amintiri se șterg în totalitate. Este un efect al tratamentului cu electroșocuri? A depresiei majore? A anesteziei generale - care poate cauza de asemenea probleme de memorie?

Fără a cunoaște cauza cu certitudine, psihiatrii au ameliorat tehnicile de aplicare a tratamentului cu electroșocuri, în scopul reducerii riscului ca pacientul să aibă pierderi de memorie: în loc de a trece curentul electric între cele două tâmple, el a fost direcționat numai în emisfera dreaptă a creierului, pentru a proteja memoria verbală, localizată în principal în emisfera stângă.

Această metodă nu este tot timpul eficace și dacă după patru ședințe nu se simte nici o ameliorare, se trece la tehnica bilaterală. Psihiatrii se asigură că au atins zonele profunde ale creierului, care sunt locurile unde se dezvoltă depresia.

De ce această tatonare? Deoarece psihiatrii nu au reușit încă să-și explice cum funcționează acest tratament cu electroșocuri.

„Un lucru este sigur, spune doctorița Trang Dao, care a administrat pentru o lungă perioadă de timp tratamentul cu electroșocuri în cadrul Institutului Douglas, electroșocurile reprezintă butonul de resetare al creierului. Și aceasta nu este o imagine pe care o prezint, ci este realitatea."

Psihiatra își amintește de un general american la pensie ajuns la spital în depresie „murdar și mirosind urât". Altă dată drept și mândru, fostul militar nu era decât o umbră a tot ceea ce fusese altădată. După câteva săptămâni de la admiterea în spital, el a devenit foarte nervos. „A refuzat ca un infirmier să-l bărbierească, își amintește Trang Dao. Vroia să o facă el însuși." Chiar dacă pacientul se purta urât cu ea, nu a renunțat să-i zâmbească. Tratamentul cu electroșocuri a făcut minuni: generalul a redevenit șeful trupelor, cel care a fost mai dinainte.

Gilles Tremblay coboara prudent treptele care duceau la camera sa, într-o rezidență pentru persoane în vârstă. „Nu este prea mare dar suficientă, iar eu mă simt bine", ne spune el înainte de a ne arăta colecția de opere, pe care iubește să le asculte când este singur.

Doi ani s-au scurs de când fostul profesor a primit primele electroșocuri. La început ideea acestui tratament nu era bine primită de familia sa, dar ei și-au schimbat imediat ideile, când au văzut rezultatele remarcabile ale tratamentului. După ședința a cincea, Gilles a început să recunoască oamenii care erau în jurul său. Câteva săptămâni mai târziu, a părăsit spitalul, pentru prima dată după multe luni de internare.

Gilles nu și-a recuperat desigur toate facultățile. Înainte de a face depresia, el mai preda încă la facultate, ceea ce nu mai poate face însă astăzi. Dar electroșocurile i-au redat însă esențialul: dorința de viață.

-sfârșit-

Sursa: Selection.ca decembrie 2010

Trimis de TRAIAN FLOREA – Canada

Cu tot respectul ţin să reamintesc tuturor cititorilor că, dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile voastre trebuie să ajungă la mine în cursul lunii anterioare apariţiei revistei. Sfatul meu este să scrieți din timp, deoarece este posibil ca în ultimele 2-3 zile ale lunii spaţiul la unele rubrici să fie deja ocupat!!!

<u>Vă rog mult, pe toți cei care scrieți, puneți-vă numele complet și adresa la expeditor!</u>

Mulţumesc mult pentru înţelegere!

Popescu Nicoleta – Bughea de Jos (Argeș)

Într-adevăr, lumea noastră a ajuns foarte, foarte departe de ceea ce înseamnă respectul față de Dumnezeu și de tot ceea ce este sfânt: Biserică, Biblie, etc. Oare cât va mai amâna El intervenția Sa directă asupra întregii lumi!

Cât despre acea intervenție a Lui, pentru a salva acea femeie, sunt multe astfel de intervenții, însă noi le atribuim norocului, șansei, soartei.... oricui, dar numai Lui nu. Cât de mult L-o durea lucrul acesta?

Elena S. – Ploiești

Frumoase cuvinte mi-ați scris pe acea frumoasă felicitare. Aveți perfectă dreptate: pentru a descoperi ce este în inima omului, fie bun fie rău, e nevoie de răbdare, iubire și disponibilitate de a ierta. Cât despre ADRA... face o lucrare extraordinară, iar Sorin Goleanu... nu am cuvinte, este un om deosebit.

Mulțumesc în mod special pentru rugăciunile înălțate pentru noi și pentru sponsori. Avem nevoie, iar apariția revistei în fiecare lună este clar lucrarea Bunului Dumnezeu.

Gheordănescu Maria – Cobadin (Constanța)

Concisă, la subiect, însă caldă și bogată în conținut, așa aș putea descrie scrisoarea d-voastră. Calde salutări Ozanei și lui Liviu. Vă mulțumesc!

Perciu Elena – Craiova

M-am bucurat mult când am primit scrisoarea de la d-voastră. Bucuria mea ar fi și mai mare dacă ați scrie mai des și dacă mi-ați scrie și câte ceva despre d-voastră și prietenele d-voastră: Nuțica, Maria, Lila și Daniela. Vă salut pe toate din toată inima și vă mulțumesc pentru tot.

Vlad Sorinel – Bumbești Jiu (Gorj)

Am rămas impresionat de cele ce ați scris. Voi încerca, cu ajutorul Domnului, să transcriu și să scriu în următorul număr al revistei povestea – apel pe care mi-ați trimis-o.

Stanciu Costel – Buzău; Mocanu Cătălin – Bucureşti; Tudor ; Florica Cloşcă – Botoşani;

Vă mulțumesc călduros pentru scurtele voastre mesaje de încurajare și apreciere, așa cum mulțumesc și celor care m-au sunat la telefon.

Doresc să corespondeze:

<u>Mirel</u>

Sunt Mirel, am 36 de ani, doresc să cunosc o tânără cu dizabilități pentru căsătorie. Sunt nevăzător din com. Răsuceni, jud. Giurgiu, ***0246-238136***

<u>Vasi</u>

Am 33 de ani, 1,75 m, 72 kg, ochi albaştri, păr şaten şi am un handicap de vedere gradul 2. Sunt o fire romantică, sensibil, sincer, modest, fără vicii şi obligaţii, cu credinţă în Dumnezeu. Sunt în căutarea jumătăţii, să aibă vârsta între 20-35 ani. Să fie sinceră, fără vicii, cu sau fără obligaţii. ***Tel. 0731-882752*** *sau* ***0768-437333***

<u>Ionuț Daniel</u>

Mă numesc Ionuț Daniel, din jud. Olt, sunt hipoacuzic, am 27 ani, 1,76 m, 67 kg, șaten, ochi căprui. Am locuință personală și doresc să cunosc o fată cu handicap ușor, pentru prietenie / căsătorie. ***0769-993350***

<u>Conea Liviu</u>

Bună! Sunt Liviu Conea din Lipănești, Prahova, am 41 ani, handicap fizic gr. 2, sunt sincer, serios, văduv, fumător, și doresc să cunosc o drăguță cu handicap ușor, 35-45 ani, pentru prietenie-căsătorie. Tel. ***0721-059056****.*

<u>Andrei</u>

Mă numesc Andrei, am 24 ani și caut o fată cu dizabilități. ***0765-904311***

<u>Dediu Voicuța</u>

Am 26 ani. Sunt din com. Milcov jud. Vrancea. Aș vrea să cunosc un băiat cu vârsta 29-30, pentru o relație serioasă, bazată pe căsătorie și vă rog fără mișto. ***0237-243428.***

<u>Mitică</u>

Mă numesc Mitică din Tulcea, doresc o femeie cu probleme de sănătate asemănătoare cu ale mele. Am tetrapareză spastică, cu mici sechele. Merg pe picioarele mele. Dacă dorește pot locui la ea. ***0747-364283***

<u>George</u>

Mă numesc George, am 31 ani, 1,75 m, șaten cu ochi căprui, handicap gr. 2 și doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. ***0756-484156***

<u>Iulian Paraschiv</u>

Mă numesc Iulian Paraschiv sunt din jud. Brăila, am un copil, caut o femeie pentru o relație serioasă, din jud. Buzău sau Braila. ***0732-239232****. Rog seriozitate!*

<u>Alexandrache Victor – Mărășești (Vrancea)</u>

Suntem o familie de nevăzători şi dorim să corespondăm cu persoane din toată ţara. Cei care doresc să ne contacteze, ne pot suna la următoarele numere de telefon: ***0765-237976; 0727-370306; 0744-752246*** *şi fix* ***0237-260465***

<u>Titel Iftimie</u>

Băiat cu handicap ușor, 31 de ani, din Tecuci, locuiesc singur, caut relație cu o fată cu handicap ușor, chiar și diabet, pentru o relație serioasă. Rog seriozotate. Id ***tytel_29*** *sau* ***0760-150988****.*

<u>Marius</u>

Bună, mă numesc Marius, am 32 de ani, sufăr de un handicap fizic și aș vrea să cunosc o fată, tot cu handicap, să ne acceptăm reciproc! Mă puteți găsi pe mes: ***coroby_marius*** *sau la tel.* ***0727-338062*** *sau* ***0760-347592***

<u>Cătălin</u>

Mă numesc Cătălin, sunt din localitatea Valea Grecului, judeţul Vaslui. Am 34 de ani, 1,60 m, 56 kg, fără handicap. Sunt adventist, fără obligaţii familiare, nu sunt căsătorit. Doresc să corespondez cu o tânără în jurul vârstei mele, 25-34 ani, în vederea căsătoriei. Să fie sinceră şi hotărâtă pentru acest lucru. Pot fi contactat la telefon numărul ***0763-031603****.*

<u>Năsălean Radu Călin</u>

Îmi caut perechea. Mă numesc Năsălean Radu Călin și

>>> continuare în pagina 19

>>> continuare din pagina 18

sunt din Tg-Mureș. Am 40 de ani, necăsătorit, înalt, șaten cu ochii verzi, de religie ortodoxă, nu consum băuturi alcoolice, în schimb sunt fumător. Sunt o persoană veselă, distractivă, îmi place muzica populară și îmi plac excursiile. Caut o persoană pentru o relație de prietenie sau o eventuală căsătorie, de preferat din Tg-Mureș. Am însă o problemă de vorbire (bâlbâială). Caut o persoană tot cu un handicap asemănător. Cine dorește, mă poate contacta pe această adresă de e-mail ***mikaela_0007@yahoo.com*** *sau la tel.* ***0747-455792.***

Ciprian

Tânăr, 30 ani, persoană cu handicap gr. I, doresc să cunosc o tânără, persoană cu handicap, sufletistă, cu vârsta 29-30 ani, serioasă. ***0785-452747*** *sau* ***0233-280626***

Anonim

Domn serios, 45 ani, cu handicap vizual, doresc să cunosc o doamnă cu vârsta până în 47 ani, cu handicap gr. 2, în vederea căsătoriei. ***0234-264159; 0753-798395 și 0761-493157*** *precum și pe skype* ***ioan_daniel89***

Stănică Ion Claudiu

Doresc să corespondez cu fete și băieți din toată țara, cu vârsta între 20-40 ani. ***Stănică Ion Claudiu, str. Pandurilor, nr. 80, loc. Bâlta-Filiași, jud. Dolj.***

Paul

Paul, 47 ani, 1,80 m, 75 kg, prieten adevăr, romantic, situație bună (casă), zonă urbană, (Oltenia) vreau căsătorie pentru veșnicie, cu o ființă ce-L iubește pe Creator, să vină la mine pntru a învăța împreună cuvîntul „Iubire". Dacă ești sinceră, serioasă, singurătatea ți-e grea, suferi, vrei s-o alungi, și-ți dorești fericirea, sună-mă la tel: ***0747-799153; 0766-819991;*** *și sigur vei fi fericită și iubită pe vecie. Garantez. Mă rog, știu că exiști potrivită mie la suflet, ești la răscruce cum sunt și eu, te caut prin Rugăciune și numai cu ajutorul Domnului vreau să te găsesc. De aceea te caut, te chem, te strig! Răspunde-mi și vino, femeie, bună, modestă și cu bun simț, doar tu și împreună să fim. Amin!*

Joițoiu Marian – Plosca (Teleorman)

Mă numesc Joițoiu Marian, am 25 de ani, am probleme de vedere și doresc să comunic cu fete și băieți de vârstă apropiată, din întreaga țară. Pot fi contactat la ***0785-710466***

Pintilie Vasile – Botoșani

Am 44 de ani, nevăzător gr. 1, doresc să cunosc o tânără de vârstă apropiată pentru căsătorie. Să fie ortodoxă. Doresc seriozitate! ***0755-570941***

Notă: ***Rog în mod serios ca mai înainte de a lua legătura cu cei care și-au exprimat dorința de a coresponda, citiți cu atenție anunțul și sunați numai dacă intențiile voastre corespund conținutului anunțului. Nu mai răniți pe semenii noștrii, pe cei care deja suferă, sunându-i și propunându-le lucruri care nu reies din anunț că și le-ar dori!***

NOTĂ: ***Rog pe toți cei care doresc să corespondeze, atunci când își exprimă această dorință, să scrie și un mic enunț, de câteva rânduri, care să conțină o scurtă prezentare: nume, hobby-uri, motive, etc., etc.***

Puneți-vă în locul celor ce citesc enunțurile și doresc să corespondeze. Este normal ca enunțul să-i convingă să înceapă o corespondență bogată, însă dacă acesta este sărăcăcios întocmit, nespunând mai nimic despre cel ce solicită corespondență…

SUGESTIE: ***Cei care doriți să vă faceți prieteni și vă exprimați frumoasa dorință de a coresponda, nu așteptați să vi se scrie, ci începeți voi să scrieți (sau să sunați) celorlalți, care și-au exprimat aceeași dorință!***

...::: Litere de lege :::... ...::: Litere de lege :::... ...::: Litere de lege :::... ...::: Litere de lege :::...

>>> continuare din pagina 15

Modul de calcul al impozitului pe venitul din arendă

Presupunem ca societatea se hotărăşte să plătească 600 kg de grâu la hectar.

Preţul mediu pentru grâu stabilit de Consiliul Judeţean Călăraşi este 0,65 lei/kg.

Preţul pieţei este de 0,95 lei/kg.

Arenda în natură: 600 kg x 75% x 0,65 lei/kg x 16% = 46,80 lei

Arenda în bani: 600 kg x 75% x 0.95 lei/kg x 16% = 68,40 lei

Întrebarea ar fi de ce impozitul nu este acelaşi în cele două cazuri? Dar cum nu există un răspuns (încă), ne resemnăm căci, unde-i lege (nu) e tocmeală, indiferent cât de strâmbă sau dreaptă e legea.

-sfârşit-

sursa: www.avocatnet.ro

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565,
loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0247-327122; 0765-365533
e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001
B.C.R. Alexandria

SPONSOR: AGI Construct
Construcţii civile şi industriale, tâmplărie lemn, aluminiu, PVC, etc. Tel. 0744-530900 şi 0238-717195

SPONSOR: ***A.S.I. ROMANIA***
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548; www.asiromania.ro

Tipărit la: Tipografia Î.F. Gîgîlice - tel. fix 0247-313041; mob. 0748-137997